

Communications Team

401 Fifth Avenue South, Suite 1300
Seattle, WA 98104-1818

206-296-4600 Fax 206-296-0166
TTY Relay: 711

www.kingcounty.gov/health

Preguntas frecuentes – Influenza porcina

¿Qué es la influenza porcina?

“La influenza porcina” es un virus de la influenza tipo A que normalmente se encuentra en los cerdos. Existen muchos virus y muy rara vez infectan a los seres humanos. El virus que está causando la enfermedad en seres humanos en la actualidad es un nuevo tipo de influenza porcina que ha desarrollado la habilidad de infectar a las personas y se transmite de persona a persona.

Si bien este nuevo virus se denomina “influenza porcina,” no se transmite de cerdos a humanos o de consumir productos derivados del cerdo. Como otras enfermedades respiratorias, se transmite de persona a persona a través de la tos y estornudos. Cuando las personas tosen o estornudan, propagan los gérmenes a través del aire o a las superficies que otras personas pueden tocar.

¿Qué acciones está tomando Salud Pública – Seattle y Condado de King ahora?

Salud Pública está trabajando en forma activa con los hospitales y proveedores de cuidado de la salud para identificar inmediatamente los casos potenciales de influenza porcina y, además, para asegurar que en caso se identifique algún caso, se proporcione el tratamiento y medidas adecuadas a fin de prevenir la transmisión a otras personas.

Si se detectara algún caso de influenza porcina en el Condado de King, eso no quiere indicar necesariamente que ocasionará enfermedades graves. Sin embargo, si bien no es posible predecir en este momento si el brote de la influenza porcina empeorará o se mantendrá leve, Salud Pública está trabajando para asegurar que nuestra comunidad se encuentre preparada si es que la situación se torna más seria.

¿Cuáles son los síntomas de la influenza porcina?

Los síntomas de la influenza porcina en las personas son similares a los síntomas de la influenza estacional y comprende fiebre, tos, dolor de garganta, dolor muscular, dolor de cabeza, escalofríos y cansancio. Algunas personas con influenza porcina también reportan diarrea y vómitos. En el pasado, se ha informado sobre enfermedades graves (neumonía y trastornos respiratorios) y muertes debido a la infección de influenza porcina en las personas. Igual que con la influenza estacional, la influenza porcina puede hacer que las condiciones médicas crónicas empeoren.

¿Cuándo debo buscar atención médica?

Si **no** ha viajado a un área en donde haya influenza porcina en los 7 días previos a enfermarse y **no** ha tenido contacto cercano con una persona enferma que haya regresado recientemente de un área en donde se está experimentando la influenza porcina, **no necesita buscar ayuda médica para que le realicen una evaluación por influenza porcina.**

Consulte a un proveedor de cuidado de la salud inmediatamente o busque atención médica si presenta los siguientes síntomas similares a la influenza.

- Fiebre durante tres días o más sin explicación alguna
- Enfermedad que empeora en forma rápida

- La persona no responde al tratamiento y no puede dejar la cama
- Dolor de garganta intenso
- Dificultad para respirar
- Tos severa
- Dolor de pecho

Si los siguientes síntomas similares a la influenza son leves, **por lo general no se requiere atención médica.**

- Secreción o congestión nasal
- Fiebre baja por menos de tres días
- Dolor de cabeza leve
- Dolor de cuerpo
- Malestar estomacal ligero

¿Salud Pública tiene pautas sobre quiénes deben buscar atención médica?

En este momento, Salud Pública – Seattle y Condado de King recomienda a las personas adoptar la decisión de buscar atención médica como si se encontraran ante una circunstancia normal.

- Si **no** ha viajado a un área en donde hay influenza porcina en los 7 días previos a desarrollar la enfermedad y **no** ha tenido contacto cercano con una persona enferma que haya regresado recientemente de un área en donde se está experimentando la influenza porcina, **no necesita buscar ayuda médica para que le realicen una evaluación por influenza porcina.**
- Si se siente enfermo con síntomas similares a la influenza, busque atención médica como si se encontrará en circunstancias normales. Si ha viajado recientemente, comuníquelo a su proveedor de cuidado de la salud.
- Si ha regresado recientemente de un área en donde se han confirmado casos de influenza porcina y siente síntomas similares a la influenza, comuníquese con su proveedor de cuidados de la salud para que le brinde asesoría. Salud Pública no recomienda a las personas con síntomas leves que busquen atención médica solo porque viajaron a áreas en donde se hayan reportado casos de influenza porcina. Si su proveedor de cuidado de la salud considera que los síntomas que presenta requieren evaluación médica, podría ser apropiado que le realicen pruebas para determinar si tiene influenza porcina.
- Si se siente enfermo con síntomas similares a la influenza, y ha tenido contacto cercano con una persona enferma que ha regresado recientemente de un área en donde está ocurriendo la influenza porcina, comuníquese con su proveedor de cuidado de la salud para obtener asesoría. Salud Pública no recomienda a las personas con síntomas leves que busquen atención médica solo porque tuvieron contacto con una persona enferma de un área donde se han reportado casos de influenza porcina. Si su proveedor de cuidado de la salud considera que los síntomas que presenta requieren evaluación médica, podría ser apropiado que le realicen pruebas para determinar si tiene influenza porcina.

Si se enferma de gripe

- Si se enferma, Salud Pública – Seattle y Condado de King le recomienda enfáticamente permanecer en casa y no acudir al trabajo o a la escuela para mejorar y mantenerse alejado de los demás para no contagiarlos.
- Asimismo, si se enferma permanezca en casa y evite el contacto con otras personas hasta siete después de la aparición del primer síntoma o hasta que se determinen los síntomas, lo que tome más tiempo.

Acciones a realizar diariamente para mantenerse saludable

- Cubra su nariz y boca con un pañuelo de papel al toser o estornudar. Tire el pañuelo de papel en el basurero después de utilizarlo.
- Lave sus manos con frecuencia con agua y jabón, en especial después de toser y estornudar. Si no tiene acceso a agua y jabón, use desinfectante para manos a base de alcohol.
- Para prevenir la posterior propagación de los gérmenes, evite tocarse los ojos, nariz y boca.
- Evite el contacto cercano con personas enfermas
- Trate de permanecer en buen estado de salud en general. Duerma mucho, manténgase físicamente activo, maneje el estrés, beba muchos líquidos y consuma alimentos nutritivos.

¿Qué puedo hacer ahora para prepararme en casa o en el trabajo en caso de una pandemia de influenza grave?

Este es un momento preciso para prepararse en casa y en el trabajo en caso de una pandemia de influenza más grave.

- Almacene agua, alimentos y otros productos esenciales. En caso de pandemia, debe evitar al máximo el contacto con otras personas, incluyendo acudir a las tiendas. Prepárese para tener recursos adicionales para el hogar para un mínimo de dos semanas
- Almacene suministros médicos y de salud tales como jarabes para la tos, jabón y medicamentos para el dolor.
- En el trabajo, conozca las políticas del empleador en lo respecta a licencias por enfermedad y consulte con su empleador qué acciones tomarán en su trabajo en caso de presentarse una pandemia.
- En casa, decida quien cuidará a los niños si cierran las escuelas.

Para obtener información más detallada diríjase a: www.kingcounty.gov/health/pandemicflu

¿Es contagioso este virus de influenza porcina?

El CDC ha determinado que este virus de influenza porcina de tipo A (H1N1) es contagioso y que se está propagando de persona a persona. En este momento, sin embargo, se desconoce la facilidad con que el virus se propaga entre las personas.

¿Cómo se propaga la influenza porcina?

Al parecer este virus de influenza porcina de tipo A (H1N1) se propaga de la misma manera que la influenza estacional. Los virus de la influenza principalmente se propagan cuando una persona infectada tose o estornuda. A veces las personas se infectan al tocar algo que contenga los virus de la influenza y cuando se tocan la boca o la nariz.

¿Cómo podría alguien con influenza infectar a alguien?

La influenza se propaga de persona a persona principalmente cuando la persona infectada tose o estornuda. Las personas infectadas pueden contagiar a otras personas desde el inicio, incluso un día antes de que se desarrollen los síntomas y hasta después de siete o más días después de enfermarse. Usted puede contagiar la influenza a alguien antes de saber que está enfermo, así como cuando está enfermo.

¿Qué debo hacer para evitar contagiarme de la influenza?

El primer punto y el más importante. Lave sus manos. Trate de permanecer en buen estado de salud en general. Duerma mucho, manténgase físicamente activo, maneje el estrés, beba muchos líquidos y consuma alimentos nutritivos. Trate de no tocar las superficies que puedan estar contaminados con el virus de la influenza. Evite el contacto cercano con personas enfermas.

¿Hay medicamentos para tratar la influenza porcina?

Sí, y el CDC recomienda el uso de oseltamivir o zanamivir (nombres de marca Tamiflu y Relenza) para el tratamiento y/o prevención de la infección con los virus de la influenza porcina. Los medicamentos antivirales son medicamentos recetados (tabletas, líquido o un inhalador) que atacan la gripe haciendo que los virus de la influenza no se reproduzcan en su cuerpo. Si se enferma, los medicamentos antivirales pueden minimizar la enfermedad y hacer que se sienta mejor más rápido. Asimismo, pueden prevenir complicaciones serias de la influenza. Para el tratamiento, los medicamentos antivirales trabajan mejor si se empieza apenas se enferma (dentro de los dos días de iniciados los síntomas).

¿Hay alguna vacuna humana para protegerse de la influenza porcina?

No hay vacunas que protejan de los virus que causan la influenza porcina actual en los seres humanos. Se desconoce si las actuales vacunas contra la influenza estacional humana pueden brindar algún tipo de protección.

¿Por cuánto tiempo puede contagiar una persona infectada de influenza porcina a los demás?

Las personas con influenza porcina deben considerarse potencialmente contagiosas durante el tiempo que sientan los síntomas y posiblemente hasta después de siete días posteriores al inicio de la enfermedad. Los niños, especialmente los más pequeños, podrían contagiar potencialmente por periodos más largos.

¿Qué se nos puede informar con respecto a viajar a y de México u a otros estados en donde se ha confirmado la influenza porcina?

En este momento, el CDC recomienda a los viajeros estadounidenses que eviten viajar a México si no es de vital importancia. Las modificaciones a esta recomendación se publicarán en www.cdc.gov/travel/. Revise esta página con frecuencia para conocer las actualizaciones.

¿Es sano consumir cerdo y productos derivados del mismo?

Sí. No se ha observado que la influenza porcina se transmita a las personas por consumir cerdo (carne) o productos derivados del mismo adecuadamente manipulados y preparados. El virus de la influenza porcina se elimina cuando se cocina a temperaturas de 160_F/70_C que corresponden a la pauta general para la preparación del cerdo u otro tipo de carnes.

Para obtener mayor información y actualizaciones en curso:

Salud Pública – Seattle y Condado de King, www.kingcounty.gov/health/swineflu

Centros de Control y Prevención de la enfermedad (CDC), www.cdc.gov/swineflu
Departamento de Salud del Estado de Washington, www.doh.wa.gov/swineflu